

Estudar para concursos públicos por 400 semanas e perda/manutenção de peso.

Começo: 08 de junho de 2017

Estudar duas horas por matéria.

Contabilizar a quantidade de horas estudadas na semana anterior (1 postagem por semana) e comparar com as horas estudadas na semana anterior.

Estudar para concursos públicos até o fim das 400 semanas ou quando for aprovado em um concurso final.

Concurso final:

- Magistratura Federal.
- Ministério Público Federal
- Magistratura Estadual em Alagoas, Pernambuco, Paraíba ou Sergipe.
- Ministério Público Estadual em Alagoas, Pernambuco, Paraíba ou Sergipe.

Criar um caderno por matéria e ler esse caderno o máximo de vezes possível antes e depois do edital. E como nós vamos criar esse caderno? Que por sinal é um arquivo do word.

Simples. Primeiro ver um ou mais cursinho sobre o assunto e transcrever as aulas.

Depois ler uma ou mais doutrinas e complementar o caderno com assuntos que não tenham sido faladas nas aulas do cursinho.

Atualizar o caderno com jurisprudência dos últimos três anos (ex: se estamos em 2017, então 2017, 2016 e 2015).

Responder questões. Se errar uma questão, procurar o assunto no caderno, se não tiver no caderno, adicionar ao caderno. Também adicionar macetes e outras coisas que encontrar nos comentários das questões. Depois do edital, tentar só responder questões da banca.

Também atualizar o caderno com vídeos do youtube e conteúdo em geral que eu achar relevante.

Seguir no máximo 99 contas no instagram jurídico.

Fazer cursinhos para concursos específicos ou fases específicas de concursos.

Ler a lei seca, súmulas e enunciados em vade mecum físicos. Toda vez que citar a lei no caderno, ler no vade mecum.

Ouvir aulas no ipod na esteira ou fora de casa.

Em relação a perda e manutenção de peso:

- Objetivo: Chegar até os 73 quilos e permanecer com esse peso.
- Quando quiser emagrecer, comer 1500 calorias por dia.
- Quando quiser manter o peso, comer 2500 calorias por dia.
- Ir pra academia caminhar de segunda a quinta;
- Ir pra academia levantar peso sexta, sábado e domingo.
- Postar diariamente a quantidade de calorias consumidas (por maior que esse número seja) e se eu fui pra academia.